

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа №31» города Смоленска

Рассмотрено  
на педагогическом совете  
Протокол № 5 от 31.05.2022



**ПСИХОЛОГО - ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ  
ПРОГРАММА  
по противодействию и профилактике вредных  
привычек**

## Содержание

1. Аннотация психолого - педагогической программы, в том числе обоснование практической актуальности.
2. Описание проблемной ситуации, целей и задач, на решение которых направлена программа.
3. Целевая аудитория, описание ее социально - психологических особенностей.
4. Научно-методическое и нормативно-правовое обеспечение программы.
5. Описание используемых методик, технологий, инструментария со ссылкой на источники.
6. Сроки, этапы, и алгоритм реализации программы.
7. Перечень и описание программных мероприятий.
8. Ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации программы.
9. Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников реализации программы.
10. Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав ее участников.
11. Ожидаемые результаты реализации программы.
12. Система организации внутреннего контроля за реализацией программы.
13. Критерии оценки достижения планируемых результатов: качественные и количественные.
14. Факторы, влияющие на достижение результатов программы.
15. Сведения о практической апробации программы на базе организации: место и срок апробации, количество участников.
16. Результаты, подтверждающие эффективность реализации программы.
17. Литература.

## **1. Аннотация психолого-педагогической программы, в том числе обоснование практической актуальности**

Программа основана на комплексном подходе, ориентированном не только на личность, но и на потребности человека, внутреннюю переработку, усвоение и присвоение информации. Обучение таким навыкам, как умение заводить знакомства, выбирать себе друзей и правильно общаться с ними, совместно принимать компромиссные и одновременно положительные решения; конструктивному и уверенному поведению в конфликтных и стрессовых ситуациях; правильному построению взаимоотношений с родителями способствует формированию личности с неприязнью или равнодушием к любым психоактивным веществам и развитию навыков противостояния началу употребления психоактивных веществ.

Профилактика злоупотребления ПАВ направлена в первую очередь на формирование у детей навыков эффективной социальной адаптации. Очень важно сформировать у учащихся культуру здоровья, понимание ценности здорового образа жизни. Только осознание личностной ценности здоровья, его значимости позволяет ребенку понять, почему для него опасно знакомство с психоактивными веществами. Целенаправленная и систематически спланированная работа с учащимися по формированию культуры здоровья, способствует становлению устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и безопасного поведения.

Всего 30 часов. Ее целевой аудиторией являются подростки 14- 17 лет. Ее реализация будет осуществляться, в форме занятий для 7-11 классов. В самом названии программы заложена главная идея и цель: дать ребёнку понять, что здоровье – главная ценность жизни человека.

**Актуальность программы** очевидна, так как в последнее время, как показывает практика комплексного психолого-педагогического сопровождения учащихся по профилактике вредных привычек, увеличилось количество детей склонных к употреблению ПАВ. В последнее время масштабы распространения форм асоциального поведения в подростковой среде приобретают угрожающий характер. Результаты ежегодного социально-психологического тестирования по выявлению вероятностных предикторов возможного вовлечения школьников в потребление наркотических средств в образовательной организации показали, что самый высокий процент «группы риска» наблюдается у учащихся 8-х классов.

Пути решения этих проблем в рамках психолого-педагогического сопровождения – это проведение психологической, просветительской и профилактической работы по вопросам здоровья детей и подростков.

В данной программе ведется комплексное психолого-педагогическое сопровождение учащихся по профилактике вредных привычек и сохранения здоровья подростков на основе использования в практической деятельности психолога профилактических занятий.

Отвечая современным требованиям, данная программа является профилактической, проблема решается через систему просветительских и профилактических мероприятий.

## **2. Описание проблемной ситуации, целей и задач, на решение которых направлена программа**

Проблема злоупотребления психоактивными веществами остается чрезвычайно актуальной и требует пристального внимания. В употребление психоактивных веществ вовлекаются в первую очередь, подростки и молодежь. В соответствии с требованиями ФГОС основного общего образования формирование культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся является приоритетом деятельности образовательного учреждения, поэтому более продуктивным является представление этого направления в формате специальной программы. Состояние здоровья подрастающего поколения является важнейшим показателем эффективности государства, благополучия общества, условием выполнения педагогическим коллективом основной образовательной программы основного общего образования.

Программа основана на комплексном подходе, ориентированном не только на личность, но и на потребности человека, внутреннюю переработку, усвоение и присвоение информации. Профилактика злоупотребления ПАВ направлена в первую очередь на формирование у детей навыков эффективной социальной адаптации. Очень важно сформировать у учащихся культуру здоровья, понимание ценности здорового образа жизни. Целенаправленная и систематически спланированная работа с учащимися по формированию культуры здоровья, способствует становлению устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и безопасного поведения.

### **Основные цели данной программы:**

- 1) создание в школьной среде условий, препятствующих распространению ПАВ, становлению активно отрицающей позиции по отношению к ПАВ у большинства учащихся;
- 2) формирование культуры здоровья школьников;
- 3) создание условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся, повышения качества их жизни;

- 4) формирование потребности вести здоровый образ жизни;
- 5) выявление особенностей личности учащихся для дальнейшего развития и поиска своего места в жизни.

**Задачи, решаемые данной программой:**

- 1) осуществлять мероприятия по профилактике правонарушений, безнадзорности, формированию здорового образа жизни, воспитанию толерантности и уважению правам человека;
- 2) формировать у учащихся устойчивого отрицательного отношения к употреблению ПАВ;
- 3) разработать эффективные механизмы совместной деятельности участников воспитательной системы школы: родительской общественности, ученического и педагогического коллектива;
- 4) создать благоприятный климат в школьном сообществе для творческого эффективного взаимодействия коллективов;
- 5) создать условия для доверительного общения, восприятия информации о негативном влиянии ПАВ на жизнь человека;
- 6) научить учащихся делать осознанный выбор в любой жизненной ситуации и решать возникшие проблемы самостоятельно;
- 7) оказать педагогам и родителям помощь в приобретении специальных знаний и навыков, а также предоставлять семьям социальную и психологическую поддержку;
- 8) формировать устойчивую к стрессу личность, способную строить свою жизнь в соответствии с нравственными принципами общества;
- 9) профилактика безнадзорности и правонарушений среди детей и подростков;
- 10) воспитание негативного отношения к алкогольной, табачной, наркотической продукции.

**3. Целевая аудитория, описание ее социально-психологических особенностей**

Программа разработана для обучающихся 7-х-11-х классов. Подростковый возраст обычно характеризуется как переломный, переходный, критический, трудный, возраст полового созревания. Подростковый период в развитии ребенка считают обычно особенно трудным как для родителей и педагогов, так и для самих детей. В основе такой оценки лежит обилие критических, психологических и физиологических состояний, объективно возникающих в процессе развития.

Знакомство с ПАВ в этот период особенно опасно, поскольку создает иллюзию физиологического благополучия. Большую негативную роль в

формировании зависимости от ПАВ у подростков играют психологические факторы риска – неадекватная самооценка, неспособность правильно выразить чувства, повышенная тревожность, импульсивность. Поэтому данная программа реализует плавный переход к формированию осознанной модели поведения.

Профилактическое обучение для 10 классов будет осуществляться в рамках внеурочной деятельности 1 час в неделю. Для 7-х-9-х, 11 классов будет осуществляться в рамках классных часов раз в неделю. Оба способа являются эффективными. Минимальное время одного занятия составляет 40 минут. Проводить эти занятия может педагог - психолог и социальный педагог. Участниками программы могут быть обучающиеся с 14-17 лет.

#### **4. Научно-методическое и нормативно-правовое обеспечение программы**

Психолого-педагогическое сопровождение – это целостная, системно-организованная деятельность, в процессе которой создаются социально-психологические и педагогические условия для успешного обучения и развития каждого ребенка в школьной среде. Для более точного определения границ профессиональной компетентности, более полного осуществления своих прав и обязанностей в рабочей программе используются следующие нормативно-правовые документы:

- Конвенция о правах ребенка
- Конституция Российской Федерации
- Семейный кодекс РФ, уголовный кодекс РФ, кодекс об административных правонарушениях РФ

Законы Российской Федерации:

- "Об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 N 273-ФЗ" с внесёнными изменениями и дополнениями
- "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" от 24.07.1998 г. №124-ФЗ
- "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних" от 24.06.1999 г. №120-ФЗ
- "О внесении изменений и дополнений в Федеральный закон "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних" от 7.07.2003 г. № 111-ФЗ

- Этическим кодексом педагога-психолога службы практической психологии образования России, принятым на Всероссийском съезде практических психологов образования 26.03.2003 г.
- Нормативно-правовые документы и локальные акты школы
- Положение о психологической службе школы
- Устав МБОУ "СШ № 31".

## **5. Описание используемых методик, технологий, инструментария со ссылкой на источники**

Эффективность профилактической работы повышается через формирование у детей жизненно важных навыков, т.е. активного участия самих детей в усвоении определенного поведения. Этот процесс, включает моделирование, наблюдение и социальное взаимодействие. Навыки лучше всего усваиваются, если учащиеся имеют возможность активно практиковать их. Исследования показывают, что, если дети имеют возможность практиковаться в навыках в безопасной атмосфере класса, то они могут быть более подготовлены к тому, чтобы использовать их вне стен школы.

Кооперативное обучение – это метод, когда в небольших группах (от 2 до 8 человек) ученики взаимодействуют, решая общую задачу. Мозговой штурм используется для стимуляции высказывания детей по теме или вопросу.

Социально-психологический тренинг активный групповой метод, направленный на усовершенствование и развитие установок, навыков и знаний межличностного общения, средство развития компетентности в общении.

Групповая дискуссия – это способ организации совместной деятельности учеников с целью решить групповые задачи или воздействовать на мнения и установки участников в процессе обучения. Ролевое моделирование осуществляется в форме драматических представлений, ролевых игр, передач, телевизионных шоу и др. в этих видах деятельности дети тренируют социально желательное поведение под руководством учителя.

Психогимнастика – метод, при котором участники проявляют себя и общаются без помощи слов.

Упражнения - энергизаторы или подвижные физические групповые игры, оживляющие активность группы.

Активные методы проведения занятий способствуют приобретению навыков самоконтроля, саморегуляции, выбора и принятия решений, укреплению волевых качеств и психической устойчивости по отношению к неудачам, трудностям и преградам.

### Примерная структура каждого занятия.

| Этапы              | Время      | Задачи                                                                                                        | Средства                                                                  | Роль ведущего                                                                                                                                                                     |
|--------------------|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Приветствие        |            | Обозначить начало занятия, создать особую атмосферу, подчеркнуть безопасность                                 | Определенные ритуалы                                                      | Обеспечить для каждого участника максимально комфортное вхождение в группу                                                                                                        |
| Начало работы      | 5 - 10 мин | Самоопределение участников (с чем они пришли на группу, как себя сейчас ощущают)                              | Ритуализированная форма, которая каждый раз наполняется новым содержанием | Предоставить каждому участнику возможность поделиться своими переживаниями, помочь осознать и принять свои чувства                                                                |
| Разминка           | 5 - 10 мин | 1.Объединение, сплочение группы<br>2.Развитие межличностных связей<br>3.Включение в совместную деятельность   | Более или менее подвижные игры с четко определенными правилами            | 1.Обозначение правил и границ<br>2.Обеспечение безопасности участников.                                                                                                           |
| Работа по теме     | 30 мин     | Задачи соответствуют теме занятия                                                                             | Самые разнообразные формы активности (игры, рисование, и т.д.)            | 1.Дать определенную информацию в доступной форме.<br>2.Предоставить возможность выразить свои чувства<br>3. Помочь овладеть новыми навыками, основываясь на полученной информации |
| Завершение занятия | 10мин      | 1.Возможность выплеснуть накопившееся напряжение<br>2. Завершение работы в позитивном эмоциональном состоянии | Подвижные и/или релаксационные игры                                       | Обеспечение безопасности участников                                                                                                                                               |
| Прощание           |            | Обозначить конец занятия                                                                                      | Определенные ритуалы                                                      | Эмоциональная поддержка детей                                                                                                                                                     |

## **6. Сроки, этапы и алгоритм реализации программы**

Программа разделена на две части.

Первая – позволяет глубже узнать свои особенности, чувства, характер, знакомит учащихся с такими понятиями, как самоуважение, стресс, ценности. Так же позволяет научиться, лучше ориентироваться, в различных ситуациях общения, взаимодействия с окружающими людьми, помогает выработать навыки сотрудничества. Вторая часть содержит фактическую информацию о вреде курения, алкоголя, наркотиков. В целом программа состоит из 11 тем, которые следует изучать последовательно. Каждый раздел включает тему, задачи для учеников, описание содержания и видов деятельности в классе.

*Примерная структура занятий.*

1 этап – подготовительный: мозговой штурм по теме урока или вопросу темы; разминочное упражнение, психогимнастика.

2 этап – введение новой информации: мини-лекция учителя (определение понятия); работа в круге; дискуссия.

3 этап – тренировка: работа в малых группах; ролевое моделирование; различные упражнения.

4 этап – применение полученного опыта на практике: проекты; упражнения; дискуссия. Программа допускает возможность включения членов семей детей в профилактическое обучение, что является частью эффективной профилактики. Ученикам предлагается также обсуждать возникающие на уроках проблемы с родителями.

Продолжительность одного занятия не более 40 минут.

Программа будет реализовываться в течение года.

## **7. Перечень и описание программных мероприятий**

Учебно-тематический план

| Тема Занятий.                        | Количество часов. |
|--------------------------------------|-------------------|
| Занятие 1. Я - хороший человек.      | 1-2               |
| Занятие 2 . Самоуважение.            | 2                 |
| Занятие 3. Что ты знаешь о себе.     | 2                 |
| Занятие 4. Мое настроение.           | 2-3               |
| Занятие 5. О чем говорят чувства.    | 2-3               |
| Занятие 6. Как исправить настроение. | 2-3               |
| Занятие 7. Я умею принимать решения? | 2-3               |

|                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| Занятие 8. Стресс.                   | 2-3 |
| Занятие 9. Как отстоять свое мнение. | 2   |
| Занятие 10. Я умею сказать нет?      | 2-3 |
| Занятие 11. Что такое ПАВ.           | 3   |
| Занятие 12. Итоговое занятие.        | 2   |

## **8. Ресурсы, необходимые для эффективной реализации программы**

Основные требования к специалистам, реализующим программу.

Программу реализует педагог-психолог. Он относится к педагогическому работнику, в рамках профессиональной компетентности которого имеется проведение специальных развивающих занятий. Для этого педагогу-психологу необходимо иметь:

- высшее психолого-педагогическое образование или диплом переподготовки в области психологии;
- иметь психолого-педагогический стаж работы не менее одного года;
- умения и навыки разработки учебных программ;
- коммуникативную компетентность;
- знание возрастных особенностей подростков;
- опыт проведения развивающих занятий.

Требования к материально-технической оснащенности учреждения для реализации программы.

Занятия будут проводиться в кабинете педагога-психолога. Можно проводить занятия в обыкновенном школьном кабинете. Для проведения занятий необходимо помещение, наличие ноутбука( наличие интернета) и всех канцелярских изделий, используемых подростками во время занятий (бумага, фломастеры, ватманы, ручки, цветные карандаши и т.д.). На занятиях применяются активные методы групповой работы – занятия с элементами тренинга, дискуссия, мозговой штурм, ролевые игры. Они имеют широкие развивающие возможности.

## **9. Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников реализации программы (детей, родителей, педагогов)**

В ходе реализации программы при необходимости могут быть задействованы следующие участники учебно-воспитательного процесса: педагог-психолог, учителя, родители учащихся (по индивидуальному запросу).

Основные права и обязанности психолога:

Педагог-психолог обязан избегать причинения вреда участникам программы, нести ответственность за все свои действия. Психолог применяет только такие методики исследования или вмешательства, которые не представляют потенциальной опасности для здоровья и психического состояния участника программы. Педагог -психолог имеет право на свободу выбора методик и способов работы, соответствующих целям, задачам и логике программы.

Участники программы (дети, родители, педагоги) имеют право на:

- добровольное участие в программе педагогов, родителей, а также детей, которые имеют право отказаться от выполнения того или иного упражнения программы.
- уважительное отношение к себе.
- отказ от участия в программе.

Участники программы обязаны: не совершать действий, наносящих психологическую или физическую травму другим участникам программы. Соблюдать режим посещения занятий.

#### **10. Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав ее участников**

В ходе проведения занятий, необходимо соблюдать права участников. В начале проведения занятий, участники знакомятся с правилами работы в группе, основанными на принципах: «здесь и сейчас», взаимоуважения, добровольности, конфиденциальности высказываний и др. Помимо этого педагог-психолог, реализующий программу, действует, руководствуясь «Этическим кодексом педагога-психолога»:

1. Принцип конфиденциальности.
  2. Принцип компетентности.
  3. Принцип ответственности.
  4. Принцип этической и юридической правомочности.
  5. Принцип квалификационной пропаганды психологии.
  6. Принцип благополучия клиента.
  7. Принцип профессиональной кооперации.
  8. Принцип информирования клиента о целях и результатах обследования.
- Соблюдают правила взаимодействия педагога-психолога с участниками образовательного процесса. В своей работе психологи проявляют уважение, искреннюю заинтересованность, доброжелательность к каждому участнику, а также способствуют тому, чтобы решения принимались клиентами на основании своих собственных убеждений, ценностей и контекста. Педагог - психолог работает с участниками процесса таким образом, чтобы

подтвердить уникальность каждого индивида. Он учитывает культурный контекст и жизненные установки клиентов.

Педагог-психолог должен:

- согласовывать время проведения развивающих занятий с учителем;
- выбирать методы и средства обучения детей;
- излагать учебный материал с учетом своего методического опыта;
- подбор и использование учебно-методической литературы на свое усмотрение;
- занятия в установленном порядке;
- осуществлять планирование, организацию и контроль учебно-познавательной деятельности детей во время занятий;
- быть профессионально грамотным в выборе и реализации образовательных методик и технологий;
- своевременно оповещать администрацию о невозможности проведения учебных развивающих занятий;
- соблюдать права и обязанности других участников процесса;

#### **11. Ожидаемые результаты реализации программы:**

1. Формирование негативного отношения к ПАВ веществам у подростков.
2. Популяризация и внедрение в воспитательный процесс наиболее эффективных моделей профилактики зависимости от ПАВ.
3. Повышение уровня развития умений и навыков:
  - а) уверенного позитивного поведения;
  - б) конструктивного общения между собой и со взрослыми;
  - в) отстаивания и защиты своей точки зрения;
  - г) осознанного и уверенного умения сказать ПАВ «Нет».
4. Повышение общей культуры поведения и формирование образа социально успешного молодого человека.

#### **12. Система организации внутреннего контроля за реализацией программы (технологии)**

Контроль, за реализацией программы проводит администрация образовательного учреждения.

Результаты обсуждаются один раз в год. Координация деятельности по программе осуществляется на педагогическом совете в конце учебного года.

Для оценки эффективности программы главным критерием является:

1. развитие личности ребенка;
2. высоким развитием личных качеств учащихся;

3. умением принимать решения в разных условиях;
4. успешностью обучающегося;
5. физическим и психическим здоровьем.

### **13. Критерии оценки достижения планируемых результатов: качественные и количественные**

Учащиеся должны знать:

- болезни, связанные с применением ПАВ;
- влияние социальных стереотипов на употребление ПАВ;
- причины и последствия ПАВ;
- связь между употреблением ПАВ и преступностью;
- вредное влияние ПАВ на организм человека.

Учащиеся должны уметь:

- применять полученные знания на практике;
- уметь говорить «Нет»;
- ценить и сохранять своё здоровье и здоровье окружающих;
- анализировать социальные ситуации;
- нести ответственность за принятое решение;
- вести активный здоровый образ жизни.

Учащиеся должны приобрести навыки:

- работы в коллективе;
- высказывания своих мыслей;
- ответственного поведения, снижающего вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ.

### **14. Факторы, влияющие на достижение результатов программы**

Факторы, влияющие на достижение результатов программы, непосредственно связаны с отслеживанием эффективности всей программы в целом. Контроль, направленный на достижение результатов программы должны осуществлять: заместитель директора по воспитательной работе, педагог - психолог, социальный педагог, родители.

Критерии, которые необходимо учитывать:

- появление у подростков устойчивых интересов;
- повышение успеваемости;
- изменение количества подростков, стоящих на учете;
- изменение количества детей, состоящих в «группе риска»;
- изменение причин, по которым дети попадают в «группу риска».

Формы отслеживания: анкетирование, тестирование, опросы экспертов, сочинения, наблюдение, социометрия, беседы.

**15. Сведения о практической апробации программы на базе организации: место и срок апробации, количество участников**

Программа будет апробироваться на базе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения "Средняя школа № 31» города Смоленска. Данная программа рассчитана на 22-30 занятий (по 1 занятию в неделю). Возраст детей 14-17 лет. Занятия проводятся в групповой форме. Состав групп постоянный. Набор в группу производится на основании результатов тестирования, а также по личному желанию подростков.

**16. Результаты, подтверждающие эффективность реализации программы**

1. Формирование негативного отношения к психоактивным веществам у подростков.
2. Популяризация и внедрение в воспитательный процесс наиболее эффективных моделей профилактики зависимости от ПАВ.
3. Повышение уровня развития умений и навыков:
  - а) уверенного позитивного поведения;
  - б) конструктивного общения между собой и со взрослыми;
  - в) отстаивания и защиты своей точки зрения;
  - г) осознанного и уверенного умения сказать ПАВ «Нет».
4. Повышение общей культуры поведения и формирование образа социально успешного молодого человека.

## Литература

1. Касаткин В.Н., Паршутин И.А. и др. Здоровье: Программа профилактики курения в школе. М., 2005.
2. Касаткин В.Н., Паршутин И.А. и др. Здоровье: Предупреждение употребления алкоголя и наркотиков в школе. М., 2009.
3. Макеева А.Г. Не допустить беды: Пед. профилактика наркотизма школьников: Пособие для учителя: В помощь образоват. учреждению: "Профилактика злоупотребления психоактивными веществами". – М.: Просвещение, 2012.
4. Макеева А.Г. Не допустить беды: Помогая другим, помогаю себе: Пособие для работы с учащимися 7-11 кл.: В помощь образоват. учреждению: "Профилактика злоупотребления психоактивными веществами". – М.: Просвещение, 2003.
5. Рязанова Д.В. Тренинг с подростками. С чего начать? М., 2003.
6. Слободяник Н.П. Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении. М., 2012.
7. Шарапановская Е.В. Социально-психологическая дезадаптация детей и подростков. М., 2015.